

ACTITUDES DE LOS TERAPEUTAS ARGENTINOS HACIA LA INCORPORACIÓN DE NUEVAS TECNOLOGÍAS EN PSICOTERAPIA: DIEZ AÑOS DE EVOLUCIÓN

ATTITUDES OF ARGENTINE THERAPISTS TOWARDS THE INCORPORATION OF NEW TECHNOLOGIES IN PSYCHOTHERAPY: TEN YEARS OF EVOLUTION

Guido Entenberg¹, Alejandro G. Ciliberti¹,
Elizabeth Ruiz¹, Kara A. Nishimuta²
y Eduardo L. Bunge^{1,2}

Resumen

El uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) se ha expandido en la población general y en el campo de la Salud Mental. No obstante, la información acerca del conocimiento, creencias y actitudes de los psicólogos respecto de su integración a la psicoterapia es escasa. Un total de 105 psicólogos/las clínicos de Buenos Aires fueron encuestados para conocer su grado de conocimiento y utilización de las TIC, y sus creencias acerca del impacto de las mismas en la alianza terapéutica y en la implementación de técnicas terapéuticas. Luego, se compararon sus respuestas con los resultados obtenidos 10 años atrás en un estudio de características similares. Si bien se reportaron niveles bajos de conocimiento, la mayoría de los encuestados ($n = 97, 92,4\%$) reportaron usar TICs con sus pacientes. Asimismo, la mayoría de los encuestados considera que las TICs pueden contribuir a la alianza terapéutica y que son útiles para las intervenciones técnicas. La comparación con los resultados obtenidos 10 años atrás, indica un aumento significativo del conocimiento ($p < 0,00$) y utilización de las TICs ($p < 0,00$), y de las creencias en relación a su utilidad para la alianza terapéutica ($p = 0,03$) y para las intervenciones técnicas ($p = 0,05$). Conclusión: Si bien el grado de conocimiento reportado es bajo, la utilización de las TICs y las creencias positivas acerca de las mismas es alto y ha aumentado en los últimos diez años.

Palabras clave: Tecnologías de la Información y la Comunicación, Psicoterapia, Conocimiento, Utilización, Actitudes.

Abstract

The use of Information and Communication Technologies (ICT) has expanded, both in the general population and in the field of Mental Health. However, information about knowledge, beliefs and attitudes of psychologists regarding their integration to psychotherapy is limited.

A total of 105 clinical psychologists from Buenos Aires were surveyed to understand their knowledge and utilization of ICT, and their beliefs about the impact that ICT can have on the therapeutic alliance and the implementation of therapeutic techniques. The responses from this survey were compared with the results obtained 10 years before in a similar study. While participants reported low levels of knowledge, the majority ($n = 97, 92.4\%$) reported using ICT with their patients. Similarly, a majority of the sample belief that ICT could contribute to the therapeutic alliance and are useful for technical interventions. The comparison with the results obtained 10 years ago, indicates a significant increase in knowledge ($p < .00$) and use of ICTs ($p < .00$), and beliefs in relation to their usefulness for the therapeutic alliance ($p = .03$) for technical interventions ($p = .05$). Conclusion: Although the level of knowledge reported is low, the use of ICTs and positive beliefs about them is high and has increased in the last ten years.

Key words: Information and Communication Technologies, Psychotherapy, Knowledge, Utilization, Attitudes.

Recibido: 01-09-18 | Aceptado: 20-06-19

¹ Fundación Equipo de Terapia Cognitiva Infantojuvenil (ETCI).

² Palo Alto University

E-Mail: ebunge@paloalto.edu

REVISTA ARGENTINA DE CLÍNICA PSICOLÓGICA XXVIII p.p. 304-313

© 2019 Fundación AIGLÉ.

El uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) se ha expandido tanto en la población general como en el área de Salud Mental, generando cambios en ambos sectores. Y con estos cambios, han proliferado también debates acerca de las ventajas y riesgos de las TICs, respecto de cómo obtener de ellas el máximo beneficio, y cómo favorecer su integración con otras herramientas tradicionales (Castelnouovo, Gaggioli, Mantovani y Riva, 2003).

En la población general, el modo en que nos relacionamos con las TIC ha cambiado sustancialmente, incorporándolas de forma cada vez más precoz a nuestro día a día (Bringué Sala, Sádaba Chalezquer y Artopoulos, 2014). Internet proporciona oportunidades de socialización y acceso ilimitado a la información, y los dispositivos tecnológicos se incorporan con naturalidad en actividades de la vida cotidiana (Bringué Sala y Sádaba, 2010).

En la actualidad hay registradas en Argentina más líneas celulares que cantidad de habitantes, y el acceso a los dispositivos es masivo independientemente de la franja etaria y condición socio-económica (Pizarro, 2014). En particular, los niños y adolescentes utilizan la tecnología desde temprana edad, convirtiéndola en una parte integral de sus vidas (Greenhow, Gleason y Li, 2014); se estima, a su vez, que un 96% de los adolescentes argentinos utilizan redes sociales (Paolini y Ravalli, 2016).

En el campo de la salud mental diversos consensos de expertos indican la tendencia creciente hacia la incorporación de las TIC (Prochaska y Norcross, 1982, Norcross et al., 1992, 2002, 2013). En 1982 se esperaba el aumento en la utilización de algunos recursos tecnológicos como filmadoras (para registrar las sesiones) y no se esperaba que el *counseling* computarizado incrementara su influencia (Prochaska y Norcross, 1982). En 1992 aumentaba el uso del *feedback* por audio y video (Norcross, Alford y DeMichele, 1992) y ya en 2002 se consideraba que la terapia ofrecida a través de medios tecnológicos (realidad virtual, computadoras, internet), sería la sexta tendencia con mayor relevancia durante los siguientes diez años (Norcross, Hedges y Prochaska, 2002). Al replicar el estudio en 2013, esta modalidad ya había ascendido al primer lugar (Norcross, Pfund y Prochaska, 2013).

Esta tendencia probablemente se deba a que el uso de la tecnología como herramienta terapéutica facilita la adaptación de los tratamientos a las características del mundo actual de los pacientes (Elkins, McHugh, Santucci y Barlow, 2011). Su potencial es particularmente significativo en el caso de niños y adolescentes, cuyas preocupaciones, relaciones y actividades se definen en buena parte por las tecnologías (Bretón-López, Mira, Castilla, García-Palacios y Botella, 2017).

Ahora bien, dentro del campo general de las

TIC se incluyen las denominadas Tecnologías de Intervención Comportamental (Bunge, Dickter, Jones et al., 2016), cuyo fin es utilizar dispositivos como teléfonos celulares, computadoras, tablets e internet para modificar cogniciones y conductas relacionadas al bienestar y a la salud mental (Mohr, Schueller, Montague et al., 2014; Andersson, 2015).

En cuanto a evidencia obtenida, las Tecnologías de Intervención Comportamental han demostrado progresos en tratamientos de adultos, niños y adolescentes. En adultos existe evidencia de su eficacia en el tratamiento de ansiedad y depresión (Richards & Richardson, 2012; Andrews et al., 2018), trastornos alimentarios (Melioli et al., 2015) o estrés postraumático (Lange et al., 2001). En niños y adolescentes cuentan con evidencia para diversos trastornos (Bunge, Dickter, Jones, et al., 2016), por ejemplo, en el tratamiento de ansiedad (Jones, Dickter, Beard, et al., 2016) y depresión (Ebert, Zarski, Christensen, et al., 2015).

No obstante, estos datos alentadores, la proporción de Tecnologías de Intervención Comportamental con evidencia empírica es baja. En 2013, sobre 3000 apps destinadas al cuidado de la salud mental disponibles gratis en las tiendas de Android, Apple y Microsoft, solo 5 contaban con evidencia obtenida en ensayos controlados aleatorizados (Donker, Petrie, Proudfoot, et al., 2013). De las 5, ninguna estaba disponible a comienzos de 2014 (Bakker, Kazantzis, Rickwood, et al., 2016). Particularmente en lo que respecta a las apps para tratamiento de la Depresión, fueron publicados en el mismo año solo 32 artículos científicos sobre un total de 1536 aplicaciones disponibles para descargar (Martínez-Pérez, de la Torre-Díez, Coronado, 2013). Similar contraste entre disponibilidad y evidencia fue hallado en apps dedicadas al tratamiento del Trastorno Bipolar, Bulimia Nerviosa y Estrés Postraumático (Leigh y Flatt, 2015). Similarmente, el Servicio Nacional de Salud de Inglaterra ofrecía un listado de 14 apps recomendadas para el manejo de la depresión y ansiedad, de las cuales sólo 4 contaban con evidencia favorable (Leigh y Flatt, 2015).

En cuanto al conocimiento y actitudes de los terapeutas acerca de las TICs en salud mental, diversos estudios en países europeos han comenzado a indagar el tema (Cipolletta y Mocellin, 2018; Newton y Sundin, 2016; Schröder, Berger, Meyer, et al., 2017). Topooco, Riper, Araya, et al. (2017) reportaron que a los profesionales los incentiva la posibilidad de reducir costos y aumentar su efectividad, y que la actitud hacia las intervenciones online es más favorable cuando incluyen contacto cara a cara en lugar de ser administradas exclusivamente vía internet. Montero-Martin, Prado-Abril, Botella, Mayoral-Cleries et al., (2015) evaluaron las expectativas hacia el uso de psicoterapia basada en internet

para la depresión y reportaron un nivel de aceptabilidad óptimo por parte de todos los encuestados. Adicionalmente, los pacientes remarcaron la utilidad de contar con interacciones personalizadas; los profesionales señalaron el potencial beneficio de contar con programas estandarizados que no les demanden trabajo extra; y los directivos de sistemas de salud hicieron hincapié en ofrecer mayor accesibilidad a los servicios y mejorar los índices de costo-beneficio (Montero-Martín, Prado-Abril, Bottella, Mayoral-Cleries et al., 2015). Cipolletta y Moccellini (2016) evaluaron las actitudes de psicólogos italianos respecto de la terapia online y reportaron altos niveles de aceptación, pero con reservas respecto de la utilidad de este formato para diagnosticar e implementar intervenciones, la reducción de la comunicación no verbal en el vínculo terapéutico, y la potencial frustración que pudiera provocar la ocurrencia de problemas técnico. Por otro lado, Van der Vaart, Atema, y Evers (2016) reportaron que el 49% de los profesionales utiliza recursos tecnológicos con pacientes con problemáticas leves a moderadas y un 40% espera comenzar a usarlos a la brevedad, aunque para la atención de pacientes con diagnósticos más severos las actitudes eran menos favorables.

En el plano local, poco se sabe acerca de las actitudes hacia las TIC en psicoterapia. DiStefano, Mongelo, O'Connor y Lamas (2015) reportaron que el conocimiento de estos recursos es aún bajo y su utilización acotada, ya sea por desconocimiento u obstáculos ético-legales y socio-culturales. Bunge y colaboradores (2009) investigó las actitudes y creencias de terapeutas de Buenos Aires hacia la incorporación de las nuevas tecnologías en la práctica diaria. En dicho estudio se halló que a pesar de que un alto porcentaje considera que los recursos tecnológicos podrían ser útiles para el desarrollo de la alianza y la optimización de las técnicas, al mismo tiempo manifiestan tener poco conocimiento acerca de los mismos y utilizarlos con poca frecuencia.

El propósito del presente estudio es replicar el estudio de Bunge y colaboradores (2009) y comparar los resultados actuales con los previamente obtenidos con una muestra de profesionales de características similares. Considerando los cambios e innovaciones tecnológicas que se han producido en dicho periodo, buscamos conocer cómo ha evolucionado el conocimiento, la utilización y las actitudes de los terapeutas hacia las TICs durante los últimos diez años.

MÉTODO

Muestra

105 psicólogos/as de Buenos Aires (Argentina) fueron encuestados a través de un mues-

treo incidental, respondiendo de modo voluntario. Los participantes fueron contactados a través de sistemas de difusión masiva (e-mail y redes sociales).

Material

Esta investigación fue realizada a través de una encuesta web adaptada del trabajo de Bunge y colaboradores (2009) (Ver Anexo I). Fueron agregadas preguntas referidas a tecnologías o intervenciones poco difundidas al momento del primer estudio (aplicaciones para celulares, realidad virtual, etc.), y se actualizó el contenido de otras. El Instrumento constó de 12 preguntas. Las primeras 4 preguntas indagaban aspectos socio-demográficos (zona de residencia, edad y género, área de especialización clínica y orientación teórica), mientras que las siguientes 8 preguntas indagaban en el conocimiento ("¿cuánto conocimiento tiene acerca de los programas de psicoterapia asistida por computadora?"), uso ("¿utiliza alguna modalidad de videollamada en los tratamientos con sus pacientes?") y utilidad percibida ("¿considera que los recursos tecnológicos pueden ser útiles para la alianza terapéutica?") de las nuevas tecnologías en psicoterapia por parte de los terapeutas. El formato de respuesta a las preguntas del cuestionario fue de tipo elección única (preguntas polítmicas), opción múltiple y escala Likert.

Procedimiento

Los datos fueron recopilados a través de una encuesta administrada a Psicólogos de Latinoamérica durante los meses de abril y mayo de 2017. Para garantizar la homogeneidad de la muestra, debido a que no se pudo obtener una muestra representativa de otras regiones por fuera de Buenos Aires (Argentina), solo fueron consideradas válidas las respuestas de los 105 participantes de esta provincia. Se excluyeron otros 30 participantes que pertenecían a diversas provincias de Argentina.

Criterios de Inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión en el estudio fueron ser psicólogo/a recibido/a y contar con título habilitante, matrícula nacional y experiencia clínica. La escuela teórica del participante no fue un criterio de exclusión, ni tampoco el país de origen siempre que fuera de habla hispana, al no contar con una versión de la encuesta en inglés u otros idiomas.

Análisis

Se realizaron análisis descriptivos de las variables demográficas, para evaluar la utilización y conocimiento sobre los TICs; y para evaluar la creencia del impacto de los TICs en la alianza te-

rapéutica y las técnicas. Se compararon los resultados de las muestras del estudio original (Bunge et al., 2009) con el actual para las siguientes variables: Conocimiento de las TICs; Utilización de las TICs; Utilidad de las TICs para la Alianza Terapéutica; y Utilidad de las TICs para la Técnica Terapéutica. Para ello se realizó la prueba t de Student combinada para muestras independientes. Para ello se tomó la diferencia de proporciones muestrales que contestan con una categoría o peor (ej: Nada, Poco o Nada, Bastante o Mucho) se estableció el intervalo de confianza sobre la diferencia de las proporciones y se calculó el valor p para la prueba de una cola. Para el análisis de las diferencias según área de especialización se realizó un Chi Cuadrado en el que se agruparon a todos aquello que reportaron especializarse con niños y/o adolescentes por un lado y a quienes reportaron especializarse en adultos exclusivamente por el otro. Para el análisis de las diferencias según la orientación teórica se realizó una ANOVA en el que se agruparon a todos aquello que reportaron especializarse con niños y/o adolescentes por un lado y a quienes reportaron especializarse en adultos exclusivamente por el otro.

RESULTADOS

Un total de 105 participantes residentes de Buenos Aires completaron la encuesta, de los cuales 84 (80,0%) son mujeres, la edad media es de 40,35 años (DS 11,84, rango de 25 a 73). En relación a el área de especialización, 57 (54,3%) encuestados se especializan en niños, 59 (56,2%) se especializan con adolescentes, 62 (59,0%) se especializan con adultos, y 5 (4,8%) se especializan en gerontes (se permitía elegir más de una especialización). La mayoría de los participantes reportó que su orientación teórica era la Cognitiva (n = 51, 48,6%), mientras que 20 (19,0%) refirieron su encuadre como Integrativo; 13 (12,4%) Psicodinámico/Psicoanalítico; 8 (7,6%) Sistémico; 5 (4,8%) como Conductual; y 8 (7,6%) Otra orientación.

Cuando se preguntó a los encuestados acerca de su conocimiento de TICs, 18 (17,1%) respondieron no tener conocimiento acerca de las TICs, 56 (53,3%) los conocen poco, 29 (27,6%) bastante, y 2 (1,9%) mucho. Con respecto a la utilización de los TICs, la mayoría de los encuestados (n = 97, 92,4%) reportaron usar TICs con sus pacientes. De estos 8 (7,6%) reportaron no utilizarlos, 54 (51,4%) reportaron hacerlo poco, 34 (32,4%) bastante, y 9 (8,6%) mucho. Con respecto a cuánto creen los participantes que los TICs pueden contribuir a la alianza terapéutica, 2 (1,9%) respondieron que no contribuyen en

nada, 14 (13,3%) piensan que contribuye poco, 51 (48,6%) bastante, y 32 (30,5%) mucho. En cuanto a si los participantes creen que las TICs son útiles para las intervenciones técnicas, 2 (1,9%) encuestados no las consideraron útiles, 14 (13,3%) respondieron que son poco útiles, 58 participantes (55,2%) las encuentran bastante útiles, y 25 (23,8%) muy útiles.

En cuanto a las diferencias entre las muestras del estudio original (Bunge, et al., 2009) y la muestra actual, se observó un aumento significativo del conocimiento ($p < 0,00$) y la utilización de las TICs ($p < 0,00$), y en cuanto a la creencia de su utilidad para la alianza terapéutica ($p = 0,03$) y la utilidad para las intervenciones técnicas ($p < 0,05$) (ver Tabla 1). Al evaluar los grados de conocimiento, utilización, utilidad para la alianza terapéutica, y para las intervenciones técnicas según orientación teórica no se observaron diferencias significativas ($p = 0,75$, $F = 0,82$). Finalmente, al evaluar los grados de conocimiento, utilización, utilidad para la alianza terapéutica, y para las intervenciones técnicas según área de especialización no se observaron diferencias significativas entre quienes se especializan en niños y adolescentes o adultos y gerontes ($p = 0,92$, $F = 0,67$).

En cuanto a los dispositivos utilizados durante la sesión, 56 (53,3%) reportaron utilizar una notebook, 46 (43,8%) tablet, 74 (70,5%) teléfono celular, y 5 (4,8%) han utilizado realidad virtual. En cuanto a los recursos en línea utilizados durante la sesión, 69 (65,7%) han realizado búsquedas en Internet con sus pacientes, 63 (60,0%) han utilizados servicios de mensajería instantánea, 43 (41,0%) aplicaciones, 66 (62,9%) YouTube, 17 (16,2%) redes sociales, y 18 (17,1%) han utilizados videojuegos online. Con respecto al propósito con que los participantes reportaron utilizar los TICs fueron los siguientes, 71 (67,6%) para búsqueda de información; 59 (56,2%) como complemento del tratamiento; 50 (47,6%) para fines didácticos; 42 (23,8%) para incorporar técnicas; 25 (23,8%) para grabar sesiones; 23 (21,9%) para juego libre; y 21 (20,0%) para entretenimiento.

Al comparar la utilización de TICs según área de especialización no se observaron diferencias significativas ($p = 0,36$, $F = 1,10$) entre quienes se dedican a trabajar con niños y adolescentes y quienes trabajan con adultos y gerontes. Tampoco se hallaron diferencias significativas en el de las TICs según orientación teórica ($p = 0,57$, $F = 0,95$). Al analizar con qué fines se utilizan las TICs, se observó que quienes se dedican a niños y adolescentes tienden a utilizarlas con fines lúdicos (juego libre) y de entrenamiento de modo significativamente mayor que los especialistas en adultos y gerontes (Ver Tabla 2).

Tabla 1. Diferencias de Cohortes en Conocimiento, Uso, Utilidad para la Alianza Terapéutica, y Utilidad técnica de las Tecnologías de Intervención Comportamental

Estudio	Frecuencia		Frecuencia acumulada		DS		M (DE)		95% CI	t-test	valor-p
	2008	2017	2008	2017	2008	2017	2008	2017			
Conocimiento											
Nada	83	18	83	18	4%	4%			-0.48	-0.26	0.00
Poco	56	56	139	74	2%	4%			-0.30	-0.11	0.00
Bastante	13	29	152	103	1%	1%			-0.04	0.02	0.20
Mucho	1	2	153	105	-	-			-	-	-
TOTAL							1.56 (0.68)	2.14 (0.71)			
Utilización											
Nada	51	8	51	8	4%	3%			-0.35	-0.17	0.00
Poco	71	54	122	62	3%	5%			-0.33	-0.10	0.00
Bastante	27	34	149	96	1%	3%			-0.12	-0.01	0.01
Mucho	3	9	152	105	-	-			-	-	-
TOTAL							1.88 (0.76)	2.42 (0.76)			
Alianza											
Nada	10	2	10	2	2%	1%			-0.09	0.00	0.03
Poco	43	14	53	16	4%	4%			-0.29	-0.08	0.00
Bastante	70	51	123	67	3%	5%			-0.25	-0.03	0.01
Mucho	28	32	151	99	-	-			-	-	-
TOTAL							2.77 (0.83)	3.14 (0.73)			
Técnica											
Nada	9	2	9	2	2%	1%			-0.09	0.01	0.05
Poco	33	14	42	16	4%	4%			-0.22	-0.02	0.01
Bastante	70	58	112	74	4%	4%			-0.11	0.11	0.47
Mucho	37	25	149	99	-	-			-	-	-
TOTAL							2.91 (0.84)	3.06 (0.69)			

Nota: en **negrita** figuran los valores significativos.

Para toda las variables analizadas se utilizó una escala ordinal con los siguientes rangos: Nada=1, Poco=2, Bastante=3, Mucho=4

Tabla 2. Utilización de Tecnologías de Intervención Comportamental Según Área de Especialización

	Niños/Adol (n = 76)	Adultos/ Gerontes (n = 29)	Valor-p	Valor de Chi cuadrado (x ²)
Juego Libre	21 (27.6%)	2 (6.9%)	0.022	5.276
Búsqueda de Información	54 (71.1%)	17 (58.6%)	0.224	1.482
Complemento del Tratamiento	40 (52.6%)	19 (65.5%)	0.234	1.416
Fines Didácticos	37 (48.7%)	13 (44.8%)	0.732	0.125
Incorporación de Técnicas	32 (42.1%)	10 (34.5%)	0.476	0.508
Grabaciones de Sesiones	17 (22.4%)	8 (27.6%)	0.575	0.315
Entrenamiento	19 (25.0%)	2 (6.9%)	0.038	4.3

Nota: en **negrita** figuran los valores significativos

DISCUSIÓN

En el campo de la salud mental se ha observado una tendencia creciente hacia la incorporación de TICs (Norcross et al., 1992, 2002, 2013). Sin embargo, se cuenta con pocos datos acerca de su utilización por psicólogos en Argentina. El presente estudio se propuso conocer las actitudes y creencias acerca de la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia en una muestra de psicólogos clínicos de Buenos Aires, Argentina. Asimismo, los resultados se contrastaron con un estudio similar realizado diez años atrás (Bunge et al., 2009).

En general el nivel de conocimiento de los terapeutas acerca de las TICs es bajo: la mayoría de los encuestados (70,4%) manifestó tener poco o ningún conocimiento al respecto. Tanto el bajo conocimiento, como la falta de entrenamiento y supervisión en la utilización de dichos formatos representan una barrera en la implementación de recursos tecnológicos en la práctica clínica (Whitfield y Williams, 2004; Drozd et al., 2016) en el contexto local. En el plano internacional, en cambio, los niveles de conocimiento parecieran ser más elevados para los terapeutas, pacientes y población no clínica (Topooco et al., 2017; Apolinário-Hagen, Fritsche, Bierhals, y Salewski, 2018; Apolinário-Hagen et al., 2018).

El poco conocimiento reportado en el ámbito local contrasta con las altas tasas de utilización, ya que el 92,4% de los encuestados manifestó usar TICs con sus pacientes. La alta utilización puede deberse a que la mayor parte de los encuestados reportó actitudes positivas hacia las TICs. Más precisamente, el 79,1% de los encuestados las considera útiles para el fortalecimiento de la alianza terapéutica y un 79% considera que contribuyen a la implementación de intervenciones técnicas. La actitud positiva de los terapeutas encuestados es consistente con los reportado por terapeutas italianos (Cipolletta y Mocellin, 2016) y es posible que indique un cambio a nivel global sobre las incorporación de las TICs en el campo de la Salud Mental.

Por otro lado, los bajos índices de conocimiento y altos índices de utilización por parte de los Psicólogos locales resaltan la necesidad de evaluar qué tipo de uso se hace de las TICs, y si el mismo se ajusta al conocimiento científico actual, y si se utilizan las tecnologías más convenientes. Asimismo, resaltan problemas éticos que puede generar el uso de herramientas sobre las cuales los profesionales desconocen los aspectos legales, los riesgos sobre la confidencialidad de los datos obtenidos por medio de las TICs, y la importancia de garantizar la seguridad de la información que los pacientes proporcionan vía internet (Kramer, Kinn y Mishkind, 2015).

Si bien el nivel de conocimiento reportado acerca de las TICs es aún bajo, su ritmo de crecimiento es significativo y prácticamente la totalidad de los encuestados las reportó haberlas utilizado. Asimismo,

las creencias en su utilidad para la alianza terapéutica y para las intervenciones técnicas también aumentaron significativamente, demostrando una tendencia por parte de los terapeutas a estar más abiertos a la integración de las TICs en su práctica clínica. Queda pendiente, conocer de qué modo los profesionales desean que se produzca dicha integración: resultados obtenidos en estudios australianos y españoles sugieren preferencias de los terapeutas por un enfoque integrativo (las TIC como complemento de la terapia cara a cara) y preocupación por la posibilidad de que la incorporación de tecnología redunde en una mayor carga de trabajo, en lugar de reducirlo (Sinclair, Holloway, Rilet, y Auret, 2013; Montero-Martin, Prado-Abril, Botella, Mayoral-Cleries et al., 2015). En este sentido, la adecuada consideración de aspectos técnicos (usabilidad de las plataformas, inducción técnica a los terapeutas y pacientes antes de comenzar los tratamientos) pareciera actuar como un facilitador dado que los problemas técnicos repetidos obstaculizan la implementación de estos recursos (Titzler et al., 2018).

En cuanto a los motivos por los cuales los psicólogos/as reportan una mayor apertura a la integración de las TICs, son diversos. La expansión de las TICs se ha dado de manera general en la sociedad: los teléfonos celulares ganan presencia aumentando sus horas de uso y las actividades para las cuales pueden resultar útiles; las redes sociales tienen una relevancia creciente en gran parte de la población, y la accesibilidad a internet es cada vez más frecuente para más personas y en más lugares. Por ejemplo, luego del estudio realizado por Bunge et al. (2009) han surgido dispositivos y softwares, como el iPhone, iPad, y Whatsapp. Podría suponerse que es la sociedad misma y sus avances tecnológicos quienes imponen cambios a los terapeutas.

Un ejemplo de cómo las innovaciones tecnológicas han impuesto cambios en el encuadre de las sesiones es el tipo de dispositivos y recursos que se utilizan actualmente: mientras que el primer estudio analizaba el uso de recursos tales como el reproductor de MP3/MP4, el CD-ROM y las filmadoras, diez años después los dispositivos más utilizados durante las sesiones son el teléfono celular (70,5%), la computadora portátil (53,3%), y la tablet (43,8%). En cuanto a los recursos en línea, las búsquedas de internet en conjunto con los pacientes, principalmente para buscar información, continúan ocupando el primer lugar.

En relación al grado de utilización de las TICs según área de especialización no se hallaron diferencias. Interesantemente, en el estudio original quienes trabajaban con niños y adolescentes reportaron utilizar más TICs que quienes se especializaban en adultos; en la muestra actual no se observaron tales diferencias. Lo que sí variaría, es el uso que se le da a las mismas, en los tratamientos de niños y adolescentes el uso de las TICs con

finés lúdicos (juego libre) y para entrenamiento presenta una diferencia significativa en comparación con los tratamientos de adultos. Lo cual es coherente con la mayor presencia del juego en la terapia de niños y adolescentes. Por otro lado, muchas de las TICs actualmente disponibles para usar en terapia combinan animaciones flash, videos, videojuegos, actividades interactivas y audios que tienen en cuenta el nivel de desarrollo cognitivo del usuario, lo cual a su vez incrementa la motivación, el disfrute y el compromiso de los jóvenes (Elkins, McHugh, Santucci y Barlow, 2011). En cuanto al uso de las TICs para entrenamiento, quizás ofrezcan un modo más didáctico y amigable para involucrar a los pacientes jóvenes en la realización de ejercicios, reduciendo algunos de los obstáculos habituales en la práctica clínica con este tipo de pacientes, como ser la baja motivación para el tratamiento, bajo compromiso y escaso cumplimiento de tareas (Clough y Casey, 2011).

LIMITACIONES

El presente estudio cuenta con limitaciones metodológicas a considerar. En primer lugar, la muestra se compuso en un 80% por mujeres. Si bien el porcentaje es coherente con la proporción de psicólogos/as por género en Argentina (Alonso, 2014), la cantidad de hombres que respondieron la encuesta es baja, lo que dificulta analizar posibles diferencias en las actitudes de hombres y mujeres. Por otro lado, un 48,6% de los participantes eligió al modelo cognitivo como su principal marco teórico. Estudios previos acerca de la orientación teórica de los profesionales clínicos en Argentina (ej.: Muller y Palavezzetti, 2012) hallaron que aquellos psicólogos/as que se basan en la teoría cognitiva para orientar sus tratamientos representan un grupo minoritario, en tanto la mayoría de los profesionales adhieren a modelos psicoanalítico e integrativo. El método de reclutamiento de la muestra, en su mayoría a través del sistema de correo electrónico de una institución dedicada a la terapia cognitiva, parece haber influido en este aspecto dificultando la generalización de los resultados a profesionales de otras orientaciones. Distintos estudios (Wangberg, Gammon, y Spitznogle, 2007; Schröder, Berger, Meyer, Lutz et al., 2017;) hallaron que terapeutas de orientación psicodinámica tienden a sostener actitudes más negativas hacia las intervenciones online en comparación a terapeutas de otras orientaciones, por lo cual próximas investigaciones en el área debieran considerar la búsqueda de heterogeneidad teórica en la muestra de participantes.

Una limitación metodológica también determinada por el método de reclutamiento es la dificultad para generalizar a todas las provincias argentinas los resultados obtenidos. La convocatoria a participar

del estudio fue realizada por una institución situada en Capital Federal, y cuyos contactos residen mayoritariamente allí y en la provincia de Buenos Aires; esto arrojó como resultado una población poco variada. Futuras investigaciones que aborden esta temática debieran considerar ampliar las fuentes de reclutamiento de participantes, con el fin de analizar diferencias de opinión entre terapeutas de diferentes regiones del país.

Otro posible sesgo en la muestra podría estar determinado por la realización de la encuesta a través de medios tecnológicos, ya que es probable que quienes utilizan recursos tecnológicos en menor medida no hayan obtenido acceso a la encuesta. Por otro lado, la encuesta realizada indagó principalmente acerca de tecnologías de la información y comunicación, dejando de lado en gran parte las llamadas tecnologías de intervención comportamental. Futuros estudios deberán analizar específicamente las actitudes y creencias acerca del uso de aplicaciones, videojuegos y programas específicamente diseñados para modificar cogniciones y conductas. Un estudio realizado en Alemania halló que si bien el nivel de conocimiento de los profesionales respecto de los denominados "juegos serios" es todavía bajo, la apertura hacia su incorporación es elevada, especialmente en el tratamiento de jóvenes adultos y adolescentes (Eichenberg, Grabmayer, y Green, 2016).

Finalmente, cabe considerar que la encuesta no se propuso indagar en las actitudes y conocimientos de los pacientes o de la población general respecto a la incorporación de tecnología en psicoterapia. Tal aspecto es importante en tanto el nivel de conocimiento que los potenciales participantes tengan pareciera influir en la aceptabilidad de este tipo de intervenciones, especialmente cuánto conozcan acerca de su eficacia y utilidad (Apolinário-Hagen et al., 2018).

CONCLUSIONES

El presente estudio observó un bajo nivel de conocimiento acerca de los TICs, sin embargo, la mayoría de los encuestados (92,4%) reportó utilizar las nuevas tecnologías durante los tratamientos. Posiblemente esto se deba a que las consideren útiles para fortalecer la alianza con el paciente y como medio para implementar técnicas terapéuticas. El bajo nivel de conocimiento realza la importancia de difundir cuales TICs cuentan con evidencia, y cuáles son los riesgos de confidencialidad y éticos que las TICs representan. Es posible que los encuestados utilicen instrumentos cuyo potencial no conocen en detalle, a la vez que estén priorizando tecnologías no validadas en desmedro de aquellas con evidencia empírica. Futuras investigaciones debieran examinar los motivos que llevan a optar a los

terapeutas por ciertas tecnologías en lugar de otras; y de estrategias para contribuir a la adopción de las TICs basadas en evidencia. Teniendo en cuenta que los niveles de conocimientos, utilización y las actitudes hacia las TICs aumentaron significativamente en los últimos diez años, es probable que dichas tecnologías modifiquen el campo de la salud mental actual. Por ende, estudios rigurosos acerca de su eficacia, riesgos y modos de disseminación e implementación son necesarios.

REFERENCIAS

- Alonso, M. M. y Klinar, D. (2014). *Los psicólogos en Argentina. Relevamiento cuantitativo 2013*. In VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.
- Andersson, G. (2015). *The internet and CBT: A clinical guide*. Boca Raton, FL: CRC Press.
- Andrews, G., Basu, A., Cuijpers, P., Craske, M. G., McEvoy, P., English, C. L., & Newby, J. M. (2018). Computer therapy for the anxiety and depression disorders is effective, acceptable and practical health care: an updated meta-analysis. *Journal of anxiety disorders*, 55, 70-78.
- Apolinário-Hagen, J., Fritsche, L., Bierhals, C., & Salewski, C. (2018). Improving attitudes toward e-mental health services in the general population via psychoeducational information material: A randomized controlled trial. *Internet interventions*, 12, 141-149.
- Apolinário-Hagen, J., Harrer, M., Kählke, F., Fritsche, L., Salewski, C., & Ebert, D. D. (2018). Public attitudes toward guided internet-based therapies: Web-based survey study. *JMIR mental health*, 5(2).
- Bakker, D., Kazantzis, N., Rickwood, D., & Rickard, N. (2016). Mental health smartphone apps: review and evidence-based recommendations for future developments. *JMIR mental health*, 3(1).
- Bretón-López, J., Mira, A., Castilla, D., García-Palacios, A. y Botella, C. (2017). Revisión de aplicaciones de las tecnologías de la información y la comunicación en psicología clínica y de la salud en infancia y adolescencia. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4(3).
- Bringué, X. y Sádaba, C. (2010). *Niños y adolescentes españoles ante las pantallas: rasgos configuradores de una generación interactiva*.
- Bringué Sala, X., Sádaba Chalezquer, C. y Artopoulos, A. (2014). La generación interactiva en Argentina: niños y adolescentes ante las pantallas. *Education Policy Analysis Archives/Archivos Analíticos de Políticas Educativas*, 22.
- Bunge, E. L., Dickter, B., Jones, M. K., Alie, G., Spear, A., & Perales, R. (2016). Behavioral intervention technologies and psychotherapy with youth: a review of the literature. *Current Psychiatry Reviews*, 12(1), 14-28.
- Bunge, E., López, P., Mandil, J., Gomar, M. y Borgialli, R. (2009). Actitudes de los terapeutas argentinos hacia la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 18(3), 209-216.
- Calea, A. L., & Christensen, H. (2010). Review of internet-based prevention and treatment programs for anxiety and depression in children and adolescents. *Medical Journal of Australia*, 192(11), S12.
- Castelnuovo, G., Gaggioli, A., Mantovani, F., & Riva, G. (2003). New and old tools in psychotherapy: The use of technology for the integration of the traditional clinical treatments. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 40(1-2), 33.
- Cipolletta, S., & Mocellin, D. (2018). Online counseling: An exploratory survey of Italian psychologists' attitudes towards new ways of interaction. *Psychotherapy research*, 28(6), 909-924.
- Clough, B. A., & Casey, L. M. (2011). Technological adjuncts to increase adherence to therapy: a review. *Clinical psychology review*, 31(5), 697-710.
- Distéfano, M. J., O'Connor, J., Mongelo, M. C., & Lamas, M. C. (2015). Positive Technology. Technology as a means of improving human well-being and social interactions. *Psicodébate*, 15(1), 93-112.
- Donker, T., Petrie, K., Proudfoot, J., Clarke, J., Birch, M. R., & Christensen, H. (2013). Smartphones for smarter delivery of mental health programs: a systematic review. *Journal of medical Internet research*, 15(11).
- Drozd, F., Vaskinn, L., Bergsund, H. B., Haga, S. M., Slinning, K., & Bjørkli, C. A. (2016). The implementation of internet interventions for depression: a scoping review. *Journal of medical Internet research*, 18(9).
- Ebert, D. D., Zarski, A. C., Christensen, H., Stikkelbroek, Y., Cuijpers, P., Berking, M., & Riper, H. (2015). Internet and computer-based cognitive behavioral therapy for anxiety and depression in youth: a meta-analysis of randomized controlled outcome trials. *PLoS one*, 10(3), e0119895.
- Eichenberg, C., Grabmayer, G., & Green, N. (2016). Acceptance of serious games in psychotherapy: an inquiry into the stance of therapists and patients. *Telemedicine and e-Health*, 22(11), 945-951.
- Elkins, R. M., McHugh, R. K., Santucci, L. C., & Barlow, D. H. (2011). Improving the transportability of CBT for internalizing disorders in children. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14(2), 161-173.
- Greenhow, C., Gleason, B., & Li, J. (2014). Psychological, social, and educational dynamics of adolescents' online social networking. *Media Education: Studi, Ricerche, Buone Pratiche*, 5(2), 115-130.
- Jones, M. K., Dickter, B., Beard, C., Perales, R. y Bunge, E. L. (2016). Meta-analysis on cognitive behavioral treatment and behavioral intervention technologies for anxious youth: more than a BIT effective. *Contemporary Behavioral Health Care*, 1(2), 1-9.
- Kramer, G. M., Kinn, J. T., & Mishkind, M. C. (2015). Legal, regulatory, and risk management issues in the use of technology to deliver mental health care. *Cognitive and Behavioral Practice*, 22(3), 258-268.
- Lange, A., van de Ven, J. P., Schrieken, B., & Emmelkamp, P. M. (2001). Interapy. Treatment of posttraumatic stress through the Internet: a controlled trial. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 32(2), 73-90.
- Leigh, S., & Flatt, S. (2015). *App-based psychological interventions: friend or foe? Evidence-based mental health, ebmental-2015*.
- Martínez-Pérez, B., De La Torre-Díez, I., & López-Coronado, M. (2013). Mobile health applications for the most prevalent conditions by the World Health Organization: review and analysis. *Journal of medical Internet research*, 15(6).
- Melioli, T., Bauer, S., Franko, D. L., Moessner, M., Ozer, F., Chabrol, H., & Rodgers, R. F. (2015). Reducing eating disorder

- symptoms and risk factors using the internet: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 49(1), 19-31. doi:10.1002/eat.22477
- Mohr, D. C., Schueller, S. M., Montague, E., Burns, M. N., & Ras-hidi, P. (2014). The behavioral intervention technology model: an integrated conceptual and technological framework for eHealth and mHealth interventions. *Journal of medical Inter-net research*, 16(6).
- Montero-Marín, J., Prado-Abril, J., Botella, C., Mayoral-Cleries, F., Baños, R., Herrera-Mercadal, P., ... & García-Campayo, J. (2015). Expectations among patients and health professionals regarding Web-based interventions for depression in primary care: a qualitative study. *Journal of medical Internet rese-arch*, 17(3).
- Muller, F. y Palavezzatti, M. C. (2015). Orientación teórica y prác-tica clínica: Los psicoterapeutas de Buenos Aires (2012). *Re-vista Argentina de Clínica Psicológica*, 24(1), 13-21.
- Newton, J., & Sundin, E. C. (2016). A questionnaire-based qualita-tive study of therapist views on computerized CBT. *the Cog-nitive Behaviour Therapist*, 9.
- Norcross, J. C., Alford, B. A., & DeMichele, J. T. (1992). The future of psychotherapy: Delphi data and concluding observations. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 29(1), 150.
- Norcross, J. C., Hedges, M., & Prochaska, J. O. (2002). The face of 2010: A Delphi poll on the future of psychotherapy. *Profes-sional Psychology: Research and Practice*, 33(3), 316
- Norcross, J. C., Pfund, R. A., & Prochaska, J. O. (2013). Psychothe-rapy in 2022: a Delphi poll on its future. *Professional Psycho-logy: Research and Practice*, 44(5), 363.
- Paolini, P., & Ravalli, M. J. (2016). *Kids online Argentina: chic@s conectados*. Investigación sobre percepciones y hábitos de niños, niñas y adolescentes en Internet y Redes Sociales.
- Pizarro, M. A. (2014). *El uso del celular en los sectores populares. Question*.
- Prochaska, J. O., & Norcross, J. C. (1982). The future of psychothe-rapy: A Delphi poll. *Professional Psychology*, 13(5), 620.
- Richards, D., & Richardson, T. (2012). Computer-based psycholo-gical treatments for depression: a systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, 32(4), 329-342.
- Schröder, J., Berger, T., Meyer, B., Lutz, w., hautzinger, M., Späth, C., ... & Moritz, S. (2017). Attitudes towards internet interven-tions among psychotherapists and individuals with mild to moderate depression symptoms. *Cognitive therapy and rese-arch*, 41(5), 745-756.
- Sinclair, C., Holloway, K., Geoffrey Riley, A. M., & Auret, K. (2013). Online mental health resources in rural Australia: clinician perceptions of acceptability. *Journal of medical Internet rese-arch*, 15(9).
- Titzler, I., Saruhanjan, K., Berking, M., Riper, H., & Ebert, D. D. (2018). Barriers and facilitators for the implementation of blended psychotherapy for depression: A qualitative pilot study of therapists' perspective. *Internet interventions*, 12, 150-164.
- Topooco, N., Riper, H., Araya, R., Berking, M., Brunn, M., Chevreur, K., ... & Kleiboer, A. (2017). Attitudes towards digital treat-ment for depression: A European stakeholder survey. *Internet Interventions*, 8, 1-9.
- van der Vaart, R., Atema, V., & Evers, A. W. (2016). Guided online self-management interventions in primary care: a survey on use, facilitators, and barriers. *BMC family practice*, 17(1), 27.
- Wangberg, S. C., Gammon, D., & Spitznogle, K. (2007). In the eyes of the beholder: exploring psychologists' attitudes towards and use of e-therapy in Norway. *CyberPsychology & Beha-vior*, 10(3), 418-423.
- Whitfield, G., & Williams, C. (2004). If the evidence is so good—why doesn't anyone use them? A national survey of the use of computerized cognitive behaviour therapy. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 32(1), 57-65.

Anexo I - Encuesta Web

A continuación se presentan una serie de preguntas que forman parte del proyecto de investigación "Actitudes de los Terapeutas Argentinos hacia la Incorporación de Nuevas Tecnologías en Psicoterapia ". La misma está orientada a Psicólogos/as recibidos/as, matriculados/as y en ejercicio de la profesión, siendo estos requisitos excluyentes para completar la encuesta.

Al completar la encuesta estaría dando su consentimiento a que los resultados sean utilizados de manera confidencial con fines de investigación.

A) Reúno los requisitos requeridos y acepto

B) No reúno los requisitos y/o no acepto (mensaje: Muchas gracias por tu interés pero en esta ocasión no podrás participar de este estudio)

ENCUESTA:

1) Zona de residencia: Capital Federal, Gran Buenos Aires, Interior del país (en interior, aclarar nombre de la ciudad)

2) Edad y sexo

3) Área de especialización clínica: niños, adolescentes, adultos, gerontes

4) Orientación teórica del terapeuta: psicodinámica, cognitiva, sistémica, integrativa, humanística existencial, otras

5) Cuánto conocimiento tiene acerca de los programas de psicoterapia asistida por computadora (tratamientos online o que utilicen algún soporte físico tales como CD o DVD): nada, poco, bastante, mucho

6) Utiliza alguna modalidad de videollamada en los tratamientos con sus pacientes: nada, poco, bastante, mucho

7) Utiliza algún recurso tecnológico en los tratamientos con sus pacientes (Apps, Youtube, videojuegos, redes sociales, servicios de mensajería instantánea, entre otros): nada, poco, bastante, mucho

8) ¿Qué recursos tecnológicos utilizó?: Notebook, Tablet, Celular, buscadores de internet, servicio de mensajería instantánea, Apps, youtube, redes sociales, dispositivo de realidad virtual, otros – no se incluye aquellos que se utilizan solo con fines de comunicación

9) Con qué fin los utiliza: Juego libre, búsqueda de información, complemento del tratamiento, fines didácticos, incorporación de técnicas, grabación de sesiones, entretenimiento, otros);

10) considera que los Recursos Tecnológicos pueden ser útiles para la alianza terapéutica: nada, poco, bastante, mucho

11) Considera que los Recursos Tecnológicos pueden ser útiles para las intervenciones técnicas: nada, poco, bastante, mucho

12) En caso de no utilizar modalidad de videollamada ni recursos tecnológicos, en los tratamientos con sus pacientes, a qué motivo obedece: desconocimiento de su existencia, desconocimiento de cómo se utilizan, no veo ventajas en su uso, cuestiones éticas y/o legales, otros.